

"Open Space" è uno spazio votato al benessere; un'oasi di pace e coccole per **corpo** e **mente** dove ristabilire un dialogo con se stessi, ascoltarsi, rigenerarsi e ricaricare le batterie per poter affrontare con energia ed entusiasmo la vita di tutti i giorni.



Situato alle porte di Savigliano artigianale in una nuovissima struttura che ricopre una superficie di oltre 1300 mq, è stato ideato, progettato e realizzato in seguito ad accurate ricerche di materiali e soluzioni architettoniche, finalizzate a far **star bene** le persone a livello emotivo e a **socializzare** per sentirsi a proprio agio nel club come a casa propria."

Ritrovare il benessere e l'armonia psicofisica, staccare la spina... sono le priorità di oggi per combattere lo stress quotidiano.

Le situazioni della vita si possono affrontare in modo positivo e dinamico: occorre prendersi del tempo da dedicare al proprio **corpo** e alla propria **mente**.

*... è per questo che ho creato OpenSpace ...
D.T. Aniello Flauto*



A cura di...



Clicca e scopri la nuova sezione
"RASSEGNA STAMPA"

NEWS



01/09/2010
BOSU PILATES. BOSU TRAINER.SPACEMILITAR BOSU..
 FLAUTO ANIELLO DIRETTORE TECNICO OPENSACE PALESTRA, DOPO LA PRESENTAZIONE DI DOMENICA

5 SETTEMBRE CON LO STAFF WELTONFIT DI BOSCHINI FABRIZIA, E LIETO DI COMUNICARE L'INIZIO DEI CORSI DI BOSU BALANCE TRAINER..BOSU PILATES, VIENI A SCOPRILO...NEL MESE DI SETTEMBRE POTRAI PROVARTI GRATUITAMENTE.... CONTINUA >>>



10/03/2010
CARDIO WAVE

Ribattezzato "push-up dei glutei", il CARDIO WAVE sfrutta il lavoro cardiovascolare, ma senza stress rimodellando ed assicurando un fondoschiena da pin-up. È anche un allenamento cardiovascolare intenso: in venti minuti smaltisci fino a 200 calorie.... CONTINUA >>>



15/01/2010
N E W S WALKING.. NUOVE EMOZIONI!!!

È un sistema di allenamento innovativo, divertente ed efficace, che richiede solo l'energia dell'allievo per azionare lo scivolamento del nastro. Il Walking condurrà la mente, il corpo e l'anima in un viaggio verso il raggiungimento e il mantenimento di quel benessere che noi tutti cerchiamo... CONTINUA >>>

Eventi



15/12/2010
spinning speciale natale..

flauto aniello direttore tecnico openspacepalestra presenta a partire da lunedì 20 dicembre la settimana di spinning natalizio, tutte le sere verranno effettuate lezioni speciali con musiche natalizie. il programma prevede: LUNEDÌ. ELENA MARTEDÌ ANDREA MERCOLEDÌ: SPECIALE RIEVOCAZIONE CAMMINO D... CONTINUA >>>



25/11/2010

CENA DI NATALE

venerdì 10 dicembre alle ore 21,00 CENA DI NATALE con assemblea di fine anno.. PRESSO IL RITORANTE DA VINCENZO... vi aspettiamo numerosi.. SORPRESA A TUTTI I SOCI PARTECIPANTI!!! ... CONTINUA >>>



PREVENZIONE E CURA DEL MAL DI SCHIENA

Ho mal di schiena è questa la frase più ricorrente di tutti i giorni. Nel mondo occidentale, almeno 80% della popolazione ha sofferto di mal di schiena dove con questo termine si intendono numerose patologie del rachide, le stesse che interessano il ... CONTINUA >>>

[ELENCO COMPLETO >>>](#)

Domande Frequenti

SPETT.DIRETTORE.SONO UN INGEGNERE INFORMATICO. NON MI SPIEGO L'ANOMALIA ...

CARO INGEGNERE.. INFORMATICO??... RISPONDO SUBITO ALLA SUA IRONICA E PRO...

SPETT DIRETTORE SONO UN FANS DI LUCA PASQUA, E' VERO CHE COMBATTEA' A S...

CIAO ANDREA, SI E' VERO MICHAEL LUCA PASQUA COMBATTEA' MOLTO PRESTO CON...

COMPLIMENTI AD ANIELLO E TUTTO LO STAFF... BELLISSIMA LEZIONE DI SPINNIN...

SONO CONTENTO CHE VI E' PIACIUTA LA LEZIONE... ED E' STATO UN ONORE AVE...

[Elenco completo Domande Frequenti »](#)



Pubblicità Riservata ai soci



08/10/2010

boxe professionisti michael luca pasqua

MICHAEL LUCA PASQUA ritorna a cavalcare il ring di Viterbo VENERDì 15 OTTOBRE ORE 21.30 DIRETTA RAI SPORT. LUCA BAZOOKA AFFRONTA' SULLA DISTANZA DELLE 6 RIPRESE IL FORTE PUGILE VETERANO DEL RING GANMARIO GRASELLINI... CONTINUA >>>

openspace

ASSOCIAZIONE POLISPORTIVA DILETTANTISTICA

Via delle Filande, 1 (Fronte Via Alba) - 12030 Savigliano (CN) - Tel: 0172-717331 - P.I. 03027730047 info@openspacepalestra.it - www.openspacepalestra.it